

Литература:

1. Гарбузов В.И. *Нервные дети: Советы врача.* - Л.: Медицина, 1990г. -176с.
2. Буянов М.И. *Ребенок из неблагоприятной семьи.* - М.: Просвещение, 1988. - 207 с.
3. Захаров А.И. *Дневные и ночные страхи у детей.* -СПб.: «Издательство СОЮЗ», 2000. — 448 с.

УДК 37.018.32

*А.И.Мигранова, студент,
Н.Ю.Костюнина, к.п.н., доцент,
Институт психологии и образования,
Казанский федеральный университет
г. Казань, Россия*

КОРРЕКЦИЯ ДЕТСКИХ СТРАХОВ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ

***Аннотация.** В данной статье рассматриваются сущность, виды, характерные особенности детских страхов. Также анализируются методы и формы коррекции страхов у младших школьников.*

***Ключевые слова:** дети младшего школьного возраста, коррекция, страх.*

Психическое развитие ребенка определяется его эмоциональным благополучием. Однако в детской психике часто существенное место занимают не только положительные, но и отрицательные эмоции, которые негативно влияют на развитие ребенка. Исследователи эмоциональной сферы, такие как Л.С. Выготский [2], В. Виллюнас [1], К.Э. Изард [5], Е.П. Ильин [6], и др. считают, что наиболее опасными эмоциями у детей младшего школьного возраста – страх и тревожность. Актуальность этой проблемы не вызывает сомнений, так как страх является причиной возникновения различных расстройств, и только с помощью исследования детских страхов, возможно проведение его коррекции.

Страх играет существенную роль в жизни человека, его основная функция – защита от опасности. Каждый человек проходит через определенные, свойственные каждому возрасту страхи, однако чувство страха, испытываемые взрослые и дети имеют некие различия. Если у взрослого вызывают страх базовые угрозы, такие как угроза жизни и жизненным ценностям человека, то специфика детских страхов заключается в том, что они основаны на информации, которую дети получают от взрослых и, пропустив эту информацию сквозь призму своего воображения, возникает потенциальная угроза для них (А. И. Захаров [3], Г. А. Шалимова [12] и др). Виды страхов достаточно многообразны. Например, А.И. Захаров выделяет внушенные страхи, ситуативные и личностные, реальные и воображаемые, острые и хронические. Детские же страхи чаще всего связаны с фантазией ребенка [3].

В ходе исследования нами были изучены *причины и факторы* возникновения страхов у детей младшего школьного возраста. Самая известная причина детских страхов – это пережитая раннее травмирующая ситуация. Например, если ребенка укусила собака, существует вероятность, что в будущем он будет бояться собак. Также существуют такие причины, как события, условия или ситуации, являющиеся сигналами опасности. К сигналам

опасности относят присутствие чего-то угрожающего, отсутствие чего-то, что обеспечивает безопасность, событие не происходит в ожидаемом месте или времени [5].

Теоретические концепции, описывающие детские страхи, базируются на трёх основных подходах. Первая концепция основывается на подходе нейрофизиологов, которая связывает возникновение страхов с особенностями высшей нервной деятельности. Вторая концепция объясняет страх как поведенческую реакцию на осознание внешней угрозы. Третья концепция рассматривает страхи как характеристики поведения, формирующиеся в результате научения (В.Г. Колягина [8] и др).

Изучив теоретические подходы различных авторов (А.И. Захаров [4], А.В. Петровский [10] и др), мы под *детскими страхами* понимаем глубокие переживания детства, последствия которых могут проявиться с течением времени. В раннем детстве преобладают природные страхи, к которым относятся боязнь темноты, громких звуков, боли. По мере взросления возникают такие социальные страхи, как страх остаться одному, неудачи, ответственности и многое другое. А позднее социальные страхи начинают преобладать над биологическими [4].

Особое внимание в психологии уделяется изучению коррекции детских страхов. Считается, что своевременная коррекционная работа с детьми способствует снижению эмоционального напряжения, а иногда и избавлению от страхов. Существует множество методов и приемов коррекции детских страхов. В основном к ним можно отнести игры и техники терапии. Психологически направленная игра позволяет постепенно пережить травмирующее обстоятельство в выдуманном мире так, как этого захочет сам ребенок. Такие игры помогают ребенку не только избавиться от конкретного страха, но и преодолеть застенчивость и неуверенность в себе. Техники терапии позволяют влиять на оздоровление психического состояния ребенка средствами рисования, чтения, музыки.

Наша опытно - исследовательская работа проводилась в МБОУ Гимназии № 40 города Казань. Выборку составили 25 детей младшего школьного возраста, а именно 1 класса.

На первом этапе при проведении констатирующего этапа эксперимента использовался следующий диагностический инструментарий: Методика выявления детских страхов «Страхи в домике» А.И. Захарова и М.Панфиловой [9], «Сказки и истории на выявление страхов» И. В. Самойленко [11], Методика расшифровки детских рисунков. В ходе исследования были выявлены 60 % детей, которые подвержены различным видам страха. Такие результаты говорят о том, что большая часть исследуемой группы имеет проблемы в эмоциональной сфере.

С данными детьми будет вестись целенаправленная формирующая работа. Мы на формирующем этапе эксперимента для коррекции детских страхов использовали техники арт – терапии.

Арт – терапия - метод психотерапии, в котором для лечения и психокоррекции, при котором используются творчество и художественные приёмы (рисование, лепка, музыка, танцы, актерское мастерство, чтение книг и

др.) [7]. Подробно изучив особенности данных техник арт – терапии , мы выбрали несколько техник для комплексного воздействия.

Раскроем сущность вышеперечисленных техник. Метод сказкотерапии заключается в чтении ребенку специально придуманных психологом или тщательно подобранных сказок. Они должны подаваться таким образом, чтобы эмоционально переживая сюжет, ребенок почувствовал себя смелым, сильным и храбрым. Например, если рассказать сказку о бесстрашном герое, победившем злодея, ребенок спроецирует образ смелого, отважного и одержавшего победу героя на себя, тем самым спроецировав образ злодея на внушающего ему страх человека. Это поможет ему преодолеть страх к тому самому человеку. В изотерапии с помощью рисунков ребенок может преподнести исследователю всю информацию о себе, изобразив предмет своего страха, ребенок постепенно приходит к его преодолению. Проанализировав рисунок вместе с ребенком, и побеседовав с ним о волнующей его проблеме, нужно трансформировать рисунок так, как сам захочет этого ребенок.

При проведении формирующего этапа эксперимента основным методом работы будет являться арт – терапия, куда входят различные техники терапии (игра, сказка, музыка и т. д). Предметом обсуждения на наших занятиях планируется чувства, эмоции, страхи, ощущения и переживания каждого ребенка.

Таким образом, мы думаем, что формирующая работа позволит снизить уровень подверженности к страхам. Результаты контрольного этапа будут нами отражены в следующей статье по данной проблеме.

Литература:

1. Вилюнас В. К. Психология эмоциональных явлений: монография/ В.К. Вилюнас – Издательство Моск. ун-та: 1976. — 142 с.
2. Выготский Л.С. Учение об эмоциях. Историко-психологическое исследование: собр. соч./ Л.С. Выготский – М.: 1984. - Т. 4.
3. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей.: монография/ А.И. Захаров, Издательство Речь – СПб.: 2005. -176 с.
4. Захаров А. И. Происхождение и психотерапия детских неврозов: монография/ А.И. Захаров, Издательство Каро – СПб.:2006. — 175 с.
5. Изард К. Э. Психология эмоций.: монография/ К.Э. Изард, Издательство Питер – СПб.: 2006. – 95 с.
1. 6.Ильин Е. П. Эмоции и чувства: монография/ Е.П. Изард, издательство Питер – СПб: 2001. — 752 с.
6. Колпакова А. С. Детские страхи и способы их коррекции у детей младшего школьного возраста: монография / А.С. Колпакова, издательство Молодой ученый — 2014: 820 с.
7. Колягина В.Г. Психология страхов дошкольников: монография/В.Г. Колягина, Издательство Прометей – Москва: 2016.
8. Панфилова М.А. Страхи в домиках. Диагностика страхов у детей и подростков: журнал Школьный психолог / М.А. Панфилова: 1999 – №8.- с.10-12.
11. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Краткий психологический словарь/ А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский, 2-е изд. – Ростов-на-Дону: 1998.
12. Самойленко И.В. Как победить детские страхи. Тренинг для родителей и педагогов: монография / И.В. Самойленко, издательство Феникс – Ростов на Дону – 2012: 252с.

13. Шалимова Г.А. Психодиагностика эмоциональной сферы личности: Практическое пособие / Г.А. Шалимова, издательство АРКТИ – Москва: 2006. – 232 с.

УДК 37.032

М.А. Мустафина, магистр,
Г.Ф. Биктагирова, к.п.н., доцент,
Институт психологии и образования,
Казанский федеральный университет
г. Казань, Россия

О ПОНЯТИИ ЭМПАТИЯ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

***Аннотация.** В статье раскрыта актуальность проблемы эмпатии у детей младшего школьного подросткового возраста, представлен анализ психолого-педагогической литературы по данной проблеме, раскрыто основное понятия «эмпатия», выдвинута идея о необходимости разработки и апробирования педагогических условий необходимых для формирования эмпатии у младших подростков.*

***Ключевые слова:** эмпатия, сопереживание, учащиеся, дети младшего подросткового возраста.*

Эмпатия - это состояние человека, при котором он довольно близко чувствует переживания другого, понимает его, как самого себя, и переживает за него, между ними происходит духовное сближение. Эта особенность человека эмоционально, очень важна во взаимоотношениях людей.

Процесс определения эмпатии как особого психологического состояния человека был длительным и сложным, и до сегодняшнего дня у разных ученых свой взгляд на это понятие. Изначально эмпатия рассматривалась с точки зрения таких наук, как философии, этики и эстетики. Она называлась либо этическим понятием «симпатия», либо эстетическим понятием «вчувствование».

Ценность феномена эмпатии широко рассматривается в работах многих исследователей в современной педагогике и психологии. Здесь выявились несколько подходов. К согласованности и единому определению исследователи так еще и не пришли.

Основа каждого определения понятия эмпатии, данные различными деятелями науки, зависит от того, в какой сфере занимается каждый исследователь, а также и от метода, который используется для фиксации эмпатической реакции.

В психологических исследованиях рассматриваются несколько видов эмпатии. В частности, психологи В.Н. Дружинин[6] и В. Зинченко[7] рассматривают: а) эмоциональную эмпатию – как «механизм подражания различным реакциям другого»; б) предикативную эмпатию, проявляющуюся в возможности «предсказывать реакции другого в определенных ситуациях»; в) когнитивную эмпатию, базирующуюся на интеллектуальных процессах; г) эстетическую эмпатию, как «душевное проникновение или вчувствование в художественный объект»; д) гуманистическую эмпатию, рассматриваемую как «нравственное и душевное переживание за другого человека»; е)